



令和7年(2025年) 12月 学 校 給 食 予 定 献 立 表



高野町学校給食センター

※ 毎日牛乳が付きます。

日	曜日	献立名	使用する食品				アレルギー表示対象品 【特定原材料】 えび・かに・くるみ・小麦・そば・卵・乳・落花生	エネルギー(kcal)	
			赤のグループ	緑のグループ	黄のグループ	調味料他		たんぱく質(g) 脂質(g)	
			おもにからだをつくる もとになるもの	おもにからだのちょうしを ととのえるもとになるもの	おもにエネルギーの もとになるもの				
1	月	ごはん			ごはん			633	755
		さばのしおやき	さば			しお		28.9	34.4
		なます		だいこん,きゅうり,にんじん	さとう,ごま	す,しお		20.3	23.2
		ひじきとだいずのいために	ひじき,だいず,ちくわ	こんにゃく,にんじん,いんげん	さとう,あぶら	かつおだし,しょうゆ,さけ	小麦		
2	火	ごはん			ごはん			680	788
		コロッケ	コロッケ		あぶら		小麦・乳・卵	23.3	26.9
		もずくチャプチェ	もずく,ぶたにく	にんじん,ピーマン,パプリカ,たまねぎ,しいたけ,にんにく	さとう,ごまあぶら,ごま	しょうゆ,さけ,こしょう	小麦	22.3	24.3
		あつあげのみそしる	あつあげ	たまねぎ,キャベツ,にんじん,ねぎ		かつおだし,みそ		704	850
3	水	ピリからてりやきどん	とりにく,こうやどうふ	たまねぎ,にんじん,たけのこ,ピーマン,にんにく,しょうが	ごはん こむぎこ,かたくりこ,あぶら,さとう	しょうゆ,オイスターソース,さけ,トウバンジャン,こしょう	小麦	28.9	34.9
		だいこんツナサラダ	ツナ	だいこん,ほうれんそう,レモンかじゅう	さとう,あぶら	しょうゆ,す	小麦	19.5	22.8
		ヨーグルト	ヨーグルト				乳		
4	木	ごはん			ごはん			632	769
		ホキのマヨネーズやき	ホキ	たまねぎ,コーン,パセリ		マヨネーズ,みそ,しお,こしょう	卵	26.8	32.4
		ごまあえ		キャベツ,こまつな	ごま,さとう	しょうゆ	小麦	22.4	26.6
		けんちんじる	どうふ,あぶらあげ	だいこん,ごぼう,にんじん,こんにゃく,ねぎ	さともいも,さとう,あぶら	かつおだし,こんぶだし,しょうゆ,さけ,しお	小麦		
5	金	ごはん			ごはん			655	805
		はっぼうさい	ぶたにく,いか,えび,うずらたまご	はくさい,たまねぎ,もやし,にんじん,たけのこ,しいたけ,ねぎ,しょうが	かたくりこ,さとう,ごまあぶら,あぶら	しょうゆ,さけ,ちゅうかスープ,しお,こしょう	えび・卵・小麦	27.2	33.3
		あげぎょうざ	ぎょうざ		あぶら		小麦	17.8	21.6
		りんご		りんご					
8	月	ごはん			ごはん			635	774
		まぐろのみそだれ	まぐろ	しょうが	かたくりこ,あぶら,さとう	みそ,みりん,さけ,しお		32.2	39.5
		しそひじきあえ	しそひじき	キャベツ,にんじん				17.6	20.5
		かきたまじる	たまご,どうふ	たまねぎ,えのき,ねぎ	かたくりこ	かつおだし,こんぶだし,しょうゆ,さけ	卵・小麦		
9	火	ごはん			ごはん			670	823
		マーボーどうふ	どうふ,ぶたにく	たけのこ,にんじん,ねぎ,にら,しいたけ,にんにく,しょうが	さとう,かたくりこ,あぶら,ごまあぶら	みそ,さけ,しょうゆ,ちゅうかスープ,トウバンジャン	小麦	25.5	30.6
		ちゅうかサラダ	ハム	キャベツ,きゅうり,コーン	はるさめ,ごま,さとう,ごまあぶら	しょうゆ,す	乳・卵・小麦	20	23.8
		みかん		みかん					
10	水	ごはん			ごはん			689	798
		アジフライ、ソースこぶくろ	アジフライ		あぶら	ソース	小麦	27.8	31.1
		はくさいのしおこんぶあえ	しおこんぶ	はくさい,にんじん	ごま				
		とんじる	ぶたにく,どうふ	だいこん,にんじん,ごぼう,こんにゃく,ねぎ	さつまいも	かつおだし,みそ		20	21.4
11	木	にしよそぼろどん (とりそぼろ)	とりにく	しょうが	ごはん			681	828
		(いりたまご)	たまご		さとう	みりん,しょうゆ,さけ	小麦		
		おかかあえ	かつおぶし	キャベツ,ほうれんそう,にんじん	さとう,あぶら	しお	卵・小麦	31.1	38.5
		のっぺいじる	あぶらあげ	だいこん,にんじん,こんにゃく,ごぼう,ねぎ	さともいも,かたくりこ,さとう	しょうゆ	小麦	23.5	28.1
12	金	ごはん			ごはん			679	834
		ハンバーグ	ハンバーグ			ケチャップ,ソース,ワイン	小麦	23.7	28.8
		ポテトサラダ	ハム	きゅうり,にんじん,コーン	じゃがいも,あぶら,さとう	マヨネーズ,す,しお,こしょう	卵・乳	25.9	31.5
		きのこスープ	どうふ	たまねぎ,こまつな,えのき,しめじ,まいたけ		コンソメ,しょうゆ,しお,こしょう	小麦		
15	月	ごはん			ごはん			627	727
		いわしのうめに	いわしのうめに				小麦		
		こんにゃくソテー	やきぶた	しらたき,こまつな,コーン,にんじん,しょうが	さとう,ごまあぶら	しょうゆ,さけ	小麦	27.5	30.8
		あいしょうじる	ベーコン,ぎゅうにゅう	たまねぎ,えのき,にんじん	じゃがいも	かつおだし,みそ,こしょう	乳・卵	17.4	18.6
16	火	フルーツサンド (カットパン)			コッペパン		小麦・乳	721	847
		(フルーツクリーム)	なまクリーム	バナナ,みかん,パイナップル,もも	ホイップクリーム,さとう		乳	24.5	28.4
		ボークビーンズ	ぶたにく,だいず	たまねぎ,にんじん,しめじ,いんげん,トマト	じゃがいも,さとう	ケチャップ,コンソメ		24.1	28.3
17	水	ごはん			ごはん			743	915
		ユーリンチー	とりにく	ねぎ,にんにく,しょうが	かたくりこ,あぶら,さとう,ごまあぶら	しょうゆ,す,さけ,しお,こしょう	小麦	28	34.1
		ごぼうサラダ	ツナ	ごぼう,きゅうり,にんじん,レモンかじゅう	ごま,さとう,あぶら	マヨネーズ,しょうゆ,す,しお,こしょう	卵・小麦	28.5	34.6
		はるさめスープ		たまねぎ,もやし,にんじん,にら	はるさめ,かたくりこ	ちゅうかスープ,とりがらスープ,しょうゆ,しお,こしょう	小麦		
18	木	ごはん			ごはん			610	776
		じゃがぶたキムチ	ぶたにく	たまねぎ,にんじん,はくさいキムチ,しらたき,にら	じゃがいも,さとう,あぶら	しょうゆ,さけ,みりん	小麦	21.9	28.2
		かいそうサラダ	ちりめんじゃこ,わかめ	だいこん,きゅうり,にんじん	さとう,あぶら,ごま	しょうゆ,す,しお,こしょう	小麦	17.6	20.9
		チーズ(中のみ)	チーズ				乳		
19	金	げんりょうごはん			ごはん			707	905
		ちくわのいそべあげ	ちくわ,あおのり		こむぎこ,かたくりこ,あぶら	ベーキングパウダー	小麦	27.7	35
		あんかけうどん	とりにく,あぶらあげ	はくさい,だいこん,ごぼう,にんじん,ねぎ,しょうが	うどん,かたくりこ,さとう	かつおだし,こんぶだし,しょうゆ,さけ,しお	小麦	16	19.6
		かぶのゆずあえ		かぶ,きゅうり,ゆず	さとう	す,しょうゆ,しお	小麦		
22	月	とうじのカレーライス	ぎゅうにく,ぶたにく	たまねぎ,かぼちゃ,だいこん,にんじん,にんにく,しょうが,トマト	むぎごはん じゃがいも,あぶら	カレールウ,ケチャップ,ソース,カレーこ,しお	小麦	655	799
		フルーツヨーグルト	ヨーグルト	りんご,みかん,パイナップル,もも	さとう		乳	19.4	22.7
								18.5	21.4
23	火	ごはん			ごはん			614	748
		とりにくのてりやき	とりにく	しょうが	さとう,かたくりこ	しょうゆ,みりん,さけ	小麦	26.6	32.7
		おろしあえ		だいこん,ほうれんそう,しめじ	さとう	しょうゆ,かつおだし	小麦	19.4	23
		かきたまコンスープ	たまご	たまねぎ,チンゲンサイ,えのき,コーン,にんじん	かたくりこ	ちゅうかスープ,しょうゆ,しお,こしょう	卵・小麦		
24	水	チキンライス	とりにく	たまねぎ,にんじん,コーン,マッシュルーム,グリーンピース	ごはん,あぶら	トマトジュース,ケチャップ,しお,こしょう		637	793
		やさいスープ	ベーコン	たまねぎ,キャベツ,もやし,いんげん	じゃがいも	コンソメ,しょうゆ,しお,こしょう	卵・小麦	22.9	27.4
		てづくりココアバナナケーキ	ぎゅうにゅう	バナナ	こむぎこ,さとう	ココア,ベーキングパウダー,しお	乳・小麦	14.3	16.2

※ おはしは毎日持ってきてください。
※ 材料等の都合により献立内容を変更することがあります。
※ 食物アレルギー等で対応が必要な場合は、毎日献立表を確認してください。

